

武蔵野大学学術機関リポジトリ Musashino University Academic Institutional Repository

保育及び児童教育に要する声から歌唱への実践と導き（その2）

著者	市川 礼子, 駒宮 典子, 土田 朋子
雑誌名	武蔵野教育學論集
号	3
ページ	129-134
発行年	2017-09-01
URL	http://id.nii.ac.jp/1419/00000643/

保育及び児童教育に要する声から歌唱への実践と導き (その2)

Practice and Guidance to Sublimate from Voice Required
for Nursing and Education of Children to Singing No.2

市川 礼子^{*}

ICHIKAWA Reiko

駒宮 典子^{*}

KOMAMIYA Noriko

土田 朋子^{*}

TSUCHIDA Tomoko

筆者らは、『武蔵野教育学論集』2017年度第2号に寄稿した『保育及び児童教育に要する歌唱への実践と導き（その1）』において、児童教育における「音楽」と「声楽」の位置づけを明確にし、学生たちの声に関する意識の検証をもとに、児童教育の場における声の重要性について考察を行った。本稿ではさらに、児童教育の場に求められる、保育士と教師の“声”の活用と、「声楽」の中心をなす歌唱の実践への導きを、技術・理解力、さらに表現力（伝える力）について検証と考察を進める。

1. 児童教育の場における「声」の活用について

1-1. 児童教育の場で指導者に準備されるべき「声」

「声」は、人がコミュニケーションをとる為の大切な役割りを担うものである。

特に児童教育に携わる者は、就学前教育において『健康』『人間関係』『環境』『ことば』『表現』¹のどの育成・発達の目的を達するにも、「声」を用いた語りかけ・歌いかけという活動を要する。また、乳幼児にとっては、「声」は教育の手段としてのみ与えられるべきものではない。まだまだ心も身体的機能も発達途上である児童たちの、「声」の発育（表1）と心の成長を助ける、よりよい環境をなすものとして用意されるべきである。

* 武蔵野大学教育学部兼任講師

表1. 乳幼児の声の変化の様子²

- ・新生児：自然呼吸のリズムに対応して発声される泣き声。
- ・生後1～2ヶ月（初期の喃語期）：新生児よりも声の高さが下がり、一回の吸気で発声を続けられる時間が2～3秒になる。泣き声と泣かないときの声の二種類を使い分ける。
- ・生後2～3ヶ月：色々な泣き声を出す。泣き方や泣き声で何かを表現しようとする。
- ・生後5～6ヶ月（喃語期）：周囲に反応した感情や気持ちの表現として色々な声を出す。周りに対して意味を持つコミュニケーションの方法として声を使うことを覚える。
- ・生後1年くらいまで：偶発的、無意識的な発声。意識的に声を調節して歌うことはできず、調子も外れている。
- ・生後約1年過ぎ：つかまり立ちでやっと歩ける頃、約1オクターブ半の潜在能力を自分の意思でコントロールする能力が出てくる。この頃から脳も急速に発育する。
- ・3歳頃：自分の意思で約1オクターブの声域を調節できるようになる。簡単な歌も可能。
- ・5歳頃：自分で調節可能な声域はさらに広がり、約1オクターブ半になる。

そして、乳幼児が声を使って『ことば』を体得していく過程においても、保育者・教育者の「声」は決して不用意に活用されるべきではない。「声」「ことば」の機能が完成していない時期に、あらゆることを模倣によって徐々に身につけていく乳幼児にとって、保育者・教育者が表すものは、明確で心地よく、受け入れやすく、感性に触れるものであることが理想である。

表2. 言葉の発達

（長野県立こども病院口唇口蓋列センター口唇口蓋列Q&A「言葉の発達と訓練」2013より）

- ・新生児：泣くことで母親の注意を引きつける。
- ・生後2～3ヶ月：母親の顔や口元を観察したり、あやされると笑うようになる。
- ・生後6カ月頃：「アーウ、ウーア」と人に呼び掛けるような発声や「パパバ」のような音の繰り返しの喃語が出る。
- ・生後9カ月頃：人の動きや声を真似したり、指さしをしたりする。
- ・1歳前半：意味のあることばを言うようになる（1つのことばであらゆるものをさしたり、状況に応じて用いたりする。
例：「ブーブ」と言って『車』『飛行機』『電車』など乗り物をさす。）
- ・1歳半頃：「これなに？」というように、物の名前を尋ねることが増え、話せることばが急激に増える。
- ・2歳頃：話せることばをつなぎ合わせて、表現できるようになる。
- ・3歳～4歳：話せることばの数が増え、話せる長さも長くなり、文法や助詞も少しずつ使えるようになる。
- ・5歳～6歳：相手や状況に合わせて話しことばを用いるようになる。

小学校教育においては、「声楽」は教科としての「音楽」に位置し、「歌唱」という専門性を高めた「声」の表現を生徒たちに提供（範唱）し指導することが、指導要領に定められる「目標及び内容」に明確に示されている³。

表3. 小学校学習指導要領「音楽」（各学年の指導内容より）

(1) 歌唱の活動を通して、次の事項を指導する。

第1学年及び第2学年

- ア 範唱を聴いて歌ったり、階名で模唱したり暗唱したりすること。
- イ 歌詞の表す情景や気持ちを想像したり、楽曲の気分を感じ取ったりし、思いをもって歌うこと。
- ウ 自分の歌声及び発音に気をつけて歌うこと。
- エ 互いの歌声や伴奏を聴いて、声を合わせて歌うこと。

第3学年及び第4学年

- ア 範唱を聴いたりハ長調の楽譜を見たりして歌うこと。
- イ 歌詞の内容、曲想にふさわしい表現を工夫し、思いや意図をもって歌うこと。
- ウ 呼吸及び発音の仕方に気をつけて、自然で無理のない歌い方で歌うこと。
- エ 互いの歌声や副次的な旋律、伴奏を聴いて、声を合わせて歌うこと。

第5学年及び第6学年

- ア 範唱を聴いたり、ハ長調及びイ短調の楽譜を見たりして歌うこと。
- イ 歌詞の内容、曲想を生かした表現を工夫し、思いや意図をもって歌うこと。
- ウ 呼吸及び発音の仕方を工夫して、自然で無理のない、響きのある歌い方で歌うこと。
- エ 各声部の歌声や全体の響き、伴奏を聴いて、声を合わせて歌うこと。

また、ウの事項は、発声や発音など歌い方の能力について示したもので、「声」に十分な留意がなされるよう指導することが明記されている。さらに、学年の進みにそって「歌声及び発音に気をつけて」～「呼吸及び発音の仕方に気をつけて、自然で無理のない」～「呼吸及び発音の仕方を工夫して、自然で無理のない、響きのある歌い方で」という様に細かな変化をさせている。

このことは、小学校児童の「声の変化の様子」をみると、成長に合致していることが分かる。

表4. 小学生の声の変化の様子⁴

- ・小学校入学頃：体の成長に伴って声帯も長くなり、声域も広がる。
- ・小学校高学年：子供としての声はほぼ完成し、声域も約2オクターブになる。とさらに変化する。
- ・思春期になると変声期の時期を迎える。

ここで述べられている“高学年で子供としての声はほぼ完成し”とは、器官の発達度を述べているのであり、発声をコントロールする力は、また別である。それこそが、指導者によって適切に導かれるべきものである。まだまだ個人差の大きい児童の心身の成長過程をよく見極め、児童にとって無理のない発声による歌活動を進めることが望ましい。決して、高度な技法を要する作品を仕上げることを目標とするのではなく、児童自身が自分の声で音楽を奏でることに喜びを感じ、自分とは違う他者の声をよく聴き、皆で歌う時に生まれる響きに楽しさを感じられる、という歌唱活動により授業が行われるべきであろう。

児童教育において、保育士・教師がリードして児童に反芻させる“模倣”の手法は、もっとも有効で必ず取り入れられるべきものである。小学校指導要領でも、歌唱指導における“範唱”は欠かせない有効かつ重要な指導法であることが明らかである。従って、指導者は自らの声を整えつつ、正しい音楽表現を模範として示し、尚且つ、児童がそこに楽しみ、美しさ、心地よさ、喜びを見出し、情操を育てるものであるように準備しなければならない。

1-2. 声の健康 音声障害の問題

以上、児童教育の場において、保育士・教師には十分に留意されたより良い“声”が求められることを述べてきたが、ここで、職業として携わる場合の別の見地からも“声”にきちんと向き合うべき問題点に触れておこうと思う。

公益財団法人福島県労働保健センターが、公益財団法人産業医学振興財団の実施している「産業医学・産業保険に関する調査研究に対する助成制度」に寄せた研究結果報告に次のような調査報告がある。

表5. 『学校教師の音声障害の現状と声の健康管理』⁵（平成23年度）より

2004年～12年に音声障害を訴え福島県立医科大学医学部耳鼻咽喉科外来を受信した患者の内、保育士および学校教員である32人を対象に調査した結果報告。			
[疾患内容]		[勤務学校]	
疾患	症例数（％）	保育園・幼稚園	38%
声帯ポリープ	13例（41%）	小学校	41%
声帯結節	13例（41%）	中学校	9%
ポリープ様声帯	2例（6%）	高等学校	6%
急性喉頭炎	2例（6%）	養護学校	5%
発声障害	2例（6%）		

保育士及び教師に音声障害の出現率が高いことは良く知られていることであるが、さらに日本音声言語医学会に報告された研究報告書⁶によると、“小学校教師のうち、「大声が出しにくい（35.1%）」「声がかすれる（32%）」「声が出しにくい（31%）」等々、1/3近くに何らかの音声の障害や問題があった”とし、考えられる障害の起因は、①一日の音声使用時間が長いこと、②職場環境において、児童・生徒達からの高いレベルの音声騒音に対応して、不適切な発声様式（喉詰め発声、大声等）を用いていることなどをあげている。またこの調査結果から得た‘興味深い点’として“「嗄声の存在のみではなく、発声法に問題を持つ者（「喉に力が入る（36%）」、「無理に声を出すことがある（31.9%）」が少なくない”とし、著者はこの調査結果に、医学者の立場から“教師に対する音声治療では、適切な発声法を指導、訓練する必要があることを示唆する”と述べている。

児童の健全な発育を促すために、保育士及び教師自身が、健全な「声」の使い方を身につけることは、極めて重要といえる。

2. 声の質と音域の拡大、抑揚表現を、身につけるために

新生児のころ円筒形だった体型は、成長と共に少しずつ日本人らしい体型へと変化していく。それと共に自然呼吸による発声も、鎖骨呼吸や胸式呼吸、横隔膜呼吸と、意志表現の多様性と共に、その使い方が多様化して来る。

しかし、ほぼ無意識に使って来た呼吸は、いざ歌おう 子供達に伝えよう と意識した途端に、さてどうしたものかと躊躇してしまう経験を持つ様子が、学生へのアンケート⁷の結果からも伺

える。

そこで本講座では、保育室や教室の中で子供達全員に届く声と、表現力を持った声を会得する為に、“コンコーネ⁸⁾”を用い、発声法の基本をなす最も重要な以下の二項目の指導を中心に、前期授業を行っている。

姿勢

- 1：足の土踏まずの上にバランスよく上体を乗せる
- 2：骨盤は床に対して垂直に立つポジション
- 3：頭は、首の後ろを伸ばす様に第7頸椎に乗せる

このポジションを取ることで、自然に肋骨は開き、腹筋は適度な張力を持つ。

口のフォーム

日本語は、あ、い、う、え、お、という5つの母音から成り立っている。

母音は、口蓋垂（喉チンコ）の前後の空洞（口腔、鼻腔）の形を変化させる事で響きを変化させて作られる。手鏡等で視ながら口のフォーム（開け方）を練習する、という準備をふまえて、教科書に選曲されているコンコーネの曲を‘音名による歌唱練習’と‘母音等のボカリーズ唱法’で、上記の技術を学ぶ。

歌唱は言語を伴うため、この基本フォームから得られた響きを伴う声を使って、それぞれの国の言語に合うように各構音器官で調節される。さらに子音についても、それぞれの言語で微妙に違うためコントロールされる。

ヨーロッパ諸国においても、声楽及び発声の基礎訓練としてコンコーネの教則本が用いられるが、コンコーネで使われる音名Do Re Mi Fa Sol La Si はイタリア語であり、ドイツ語やフランス語などに比べて母音が明るくはっきりしている。その母音の特徴がよりよい発声の訓練に極めて有効であり、そうしたコンコーネの訓練で得られる口蓋のフォームを基本として、それぞれの国の言葉の発音に変えられる。

どの練習曲においても、基礎段階は、いかに体と心を解放するか・そして解放された状態で、程よいプレッシャーを持つ息を、いかに安定的に声帯に提供できるか・その為に体をどのように保持して使うかに尽き、残るは、音程移動をどれだけ確実に行えるかにかかっている。その為に会得しなくてはならないのが、息の準備と送り方、体の使い方である。

歌に於ける表現は、息の送り方と、音と音の間を息でつなぐつなぎ方で行われるため、以上の事を踏まえて、コンコーネを歌唱しながら個々に身につけていく。授業の中の指導において筆者たちがアプローチのために使う用語は、全て一致している訳ではないが、声の出やすいポジションに向かって行く方向性は、一致する様に指導している。なぜなら、声楽の授業では体を楽器として扱うが、残念ながら、音源である『声帯』は喉頭蓋の中にあり、特殊な方法を取らないと見ることはできない。その為、言葉によるイメージの伝達や外から自己の体『楽器』に触ってみる方法が、最優先となるからである。

前期 16回の授業の中で、これらの事を現場において駆使できるまでに会得する事は難しく、受講する学生たちが継続的に心がけて、身につけていくべきである。

世界で一番美しい言語とされるフランス語は、スタンダードな発音を国中で統一すべく、教育者に対して、教育課程でフランス語としての正しい発音の統一を図っている。

喉を詰めて発声することなく、コンコーネの授業を通して会得した‘体の開放’と‘心の解放’により得られる響き、表現力を駆使して、我が国においても保育士・教師が、言語形成の時期に携わる子供たちに対して、手本となる発音・発声をもって接して欲しいと願う。

引用・参考文献

- 1 文部科学省『幼稚園教育要領』「第2章 ねらい及び内容」平成二十年、厚生労働省『保育所保育指針』「第3章 保育の内容」平成二十年 より
- 2 米山文明『声の呼吸法』美しい響きをつくる 平凡社2003年 pp.40-43
- 3 文部科学省『小学校学習指導要領解説 音楽編』「第2章 音楽科の目標及び内容」平成二十年六月
- 4 米山文明『声の呼吸法』美しい響きをつくる 平凡社2003年 p.43
- 5 谷亜希子、多田靖宏、岡野渉、菅野和広、荒川愛子、小針香奈、大森孝一『学校教師の音声障害の現状と声の健康管理』公益財団法人福島県労働保健センター「産業医学・産業保健に関する調査研究に対する助成制度」による研究結果報告（平成23年度第10回）
- 6 小林範子（北里大学医療衛生学部）日本音声言語医学会 平成19年度（第1回）音声言語医学に関する研究報告「小学校教師における音声生涯の実態調査」pp.1-2
- 7 武蔵野教育学論集（2017）第2号『保育および児童教育に要する声から歌唱への実践と導き（その1）』市川礼子・駒宮典子・土田朋子共著
- 8 Giuseppe Concone（1801～1861イタリア）作曲作品番号Op.9：声楽を学ぶ初修者のために世界的に使われている声づくりの教則本。我が国でも保育所・保育指針・幼稚園教育要領における就学前教育、小学校学習指導要領などに基づく教科書には必ずといっていいほどコンコーネより練習曲が抜粋されている。

その他

- ・ Ricordi : Garsia
- ・ 東亜音楽社 : Caruso 発声の秘密
- ・ TBSブリタニカ : 目で見る健康
- ・ UP-FRONT BOOKS : The Voice Of The Mind